

科目名	サッカー I		担当者			
英文名	Soccer I					
単位数	1	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		専門基礎・選択			
授業形態	実技	科目ナンバー	SBE105	卒業認定方針との関連	⑥	
【到達目標】						
サッカーの基本的な技術を習得することが本授業の目的である。そのために、ボールに触れる機会がサッカーより断然多いフットサルのゲームをサッカーの練習と並行して行っていく。①フットサルの基本技術をドリルし、スキルとして習得できるよう努力する。②チーム構成員同士が勝利を目指し、協力し合う態度を学ぶ。③ゲームを楽しむためには、相手チームの選手やレフェリーを尊重しなければならないという現実を認識し、フェアな態度や他者への思いやり等を学ぶ。 以上のことを目的として本授業を展開する。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
サッカーにおける基礎的な技能について		試合での技能発揮に優れ、実技テストの得点が90%以上である		基礎的な技能が試合で発揮でき、実技テストの得点が60～89%である		試合での技能・実技テストの得点が60%に満たない
サッカーにおける基礎的な理論について		参照資料がなくとも理論の説明・実践ができる		参考書や資料参照のもと理論の説明ができる		基礎的な理論の理解が不十分で説明できない
サッカーにおける基礎的な戦術・戦略について		参照資料無しで基礎的な戦術・戦略の説明・実践ができる		参考書や資料参照のもと基礎的な戦術・戦略の説明ができる		基礎的な戦術・戦略の理解が不十分で説明できない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学習】						
第1回 ボールコントロールとキックのトレーニングとゲーム				第9回 3人目のプレーヤーを使う攻撃のトレーニングとゲーム		
【到達目標】 (1)技術のコツを理解し、実践できるようにする。				【到達目標】 (1)3人目のプレーヤーを使うタイミング、使われるタイミングを理解し、実践できるようにする。		
【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)				【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)		
第2回 ボールコントロールとヘディングのトレーニングとゲーム				第10回 ボールを奪うトレーニングとゲーム		
【到達目標】 (1)技術のコツを理解し、実践できるようにする。				【到達目標】 (1)タックルのタイミングと方法を理解し、実践できるようにする。		
【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)				【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)		
第3回 ボールコントロールとドリブルのトレーニングとゲーム				第11回 守備におけるチャレンジとカバーのトレーニングとゲーム		
【到達目標】 (1)技術のコツを理解し、実践できるようにする。				【到達目標】 (1)チャレンジとカバーについて理解し、実践できるようにする。		
【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)				【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)		
第4回 コミュニケーションのトレーニングとゲーム				第12回 クロスボールからの攻撃パターンからのトレーニングとゲーム		
【到達目標】 (1)コミュニケーションのタイミングを理解し、実践できるようにする。				【到達目標】 (1)クロスボールからシュートまでのパターンを3種類実践し、シュートまでつながるようにする。		
【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)				【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)		
第5回 視野の確保のトレーニングとゲーム				第13回 チーム毎でのウォームアップとゲーム①		
【到達目標】 (1)良いボディシェイプを確保するステップワークを学び、実践できるようにする。				【到達目標】 (1)ウォームアップをチーム毎できちんと行い、その後ゲームを行えるようにする。		
【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)				【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)		
第6回 攻撃のサポートのトレーニングとゲーム				第14回 チーム毎でのウォームアップとゲーム②		
【到達目標】 (1)サポートの角度とタイミング、そして距離を理解し、実践できるようにする。				【到達目標】 (1)ウォームアップをチーム毎できちんと行い、その後ゲームを行えるようにする。		
【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)				【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)		
第7回 3対1のボールポゼッションゲームのトレーニングとゲーム				第15回 レクリエーションゲーム		
【到達目標】 (1)サポートの動きと良い視野を保つことを理解し、実践できるようにする。				【到達目標】 (1)班編成を変え、レクリエーションゲームを行う。		
【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)				【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)		
第8回 4対2のボールポゼッションゲームのトレーニングとゲーム						
【到達目標】 (1)クサビのパスのタイミングを理解し、実践できるようにする。						
【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)						
【学習上の留意点】						
実習が中心となるため、服装、身だしなみは体育実技に相応しいものとする。アクセサリー類、またマフラー等を身につけることは許されない。グループ毎に活動するので、自主的・積極的に活動すること。またグループ構成員同士はよく協力すること。前回の技術的課題を落とし込んだウォームアップを行い、技術の定着の一助とする。						
【教科書・参考書など】						
特になし。必要な教材は担当教員が印刷し配布する。						
【成績評価方法】						
以下の割合にて評価し、点数化する。 ①授業への取り組み方・参加度 60%、②技術点（実技テスト）10%、③知識点（理論テスト）10%、④準備点（服装・ゼッケン等の準備）20%。						

科目名	サッカーⅡ			担当者		
英文名	Soccer Ⅱ					
単位数	1	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・選択			
授業形態	実技	科目ナンバー	SBE213		卒業認定方針との関連	⑥
【到達目標】						
フットサルのトレーニングにより獲得した技術を、より広いスペースの中でそのスペースを活かしなが使用し、サッカーの技術として再構築する。そして、サッカーのゲームを楽しむ。①攻撃にかかわる人数を増加させることにより、結果としてより複雑な動きを経験する。②技術の定着をさらに促進させるため、新たなドリルトレーニングを行う。③ゲームを楽しみながらサッカーの本質を理解する。 以上のことを目的として本授業を展開する。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
サッカーにおける発展的な技能について		試合での技能発揮に優れ、実技テストの得点が90%以上である		発展的な技能が試合で発揮でき、実技テストの得点が60～89%である		試合での技能・実技テストの得点が60%に満たない
サッカーにおける発展的な理論について		参照資料がなくとも理論の説明・実践ができる		参考書や資料参照のもと発展的な理論の説明ができる		発展的な理論の理解が不十分で説明できない
サッカーにおける発展的な戦術・戦略について		参照資料無しで発展的な戦術・戦略の説明・実践ができる		参考書や資料参照のもと発展的な戦術・戦略の説明ができる		発展的な戦術・戦略の理解が不十分で説明できない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学習】						
第1回 ボールコントロールとキックとヘディングのトレーニングとゲーム 【 到達目標 】 (1)技術向上のためのドリルトレーニングを実践し、技術レベルを向上させる。 【授業時間外学習】 時間をみつけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)				第9回 4対4での守備を想定したシャドートレーニングとゲーム 【 到達目標 】 (1)4対4のゲームにおける守備のシャドートレーニングを実践し、動き方を理解できるようにする。 【授業時間外学習】 時間をみつけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)		
第2回 コミュニケーションのトレーニングとゲーム 【 到達目標 】 (1)ゲームの中でコミュニケーションがうまくはかれるようにする。 【授業時間外学習】 時間をみつけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)				第10回 ダイヤモンド型プラスワントップを攻撃の単位とするトレーニングとゲーム 【 到達目標 】 (1)5名での攻撃の形を繰り返してトレーニングし、ゲームの中で使えるようにする。 【授業時間外学習】 時間をみつけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)		
第3回 視野を確保しながらボールを受けるトレーニングとゲーム 【 到達目標 】 (1)ゲーム形式トレーニングの中で視野を確保しながら、ボールを受けることができるようにする。 【授業時間外学習】 時間をみつけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)				第11回 攻守の切り替えのトレーニングとゲーム 【 到達目標 】 (1)攻守の切り替えの早さの重要性を理解し、ゲームの中で実践できるようにする。 【授業時間外学習】 時間をみつけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)		
第4回 攻撃のサポートのトレーニングとゲーム 【 到達目標 】 (1)ゲーム形式トレーニングの中で、良いタイミングで良い位置・良い距離にサポートすることができるようにする。 【授業時間外学習】 時間をみつけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)				第12回 クロスボールからの攻撃のパターントレーニングとゲーム 【 到達目標 】 (1)クロスボールからの攻撃パターンを4種類トレーニングし、ゲームの中で、実践できるようにする。 【授業時間外学習】 時間をみつけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)		
第5回 3人目のプレーヤーを使う攻撃のトレーニングとゲーム 【 到達目標 】 (1)ゲーム形式トレーニングの中で、3人目のプレーヤーを使う攻撃ができるようにする。 【授業時間外学習】 時間をみつけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)				第13回 クロスボールに対する守備のトレーニングとゲーム 【 到達目標 】 (1)守備の方法を実践し、ゲームの中で行えるようにする。 【授業時間外学習】 時間をみつけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)		
第6回 ボールを奪うトレーニングとゲーム 【 到達目標 】 (1)タッチライン際、ペナルティエリア角付近、それぞれの位置でボールが確実に奪えるようにする。 【授業時間外学習】 時間をみつけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)				第14回 チーム毎でのウォームアップとゲーム 【 到達目標 】 (1)チーム毎にウォームアップを行い、ゲームが実践できるようにする。 【授業時間外学習】 時間をみつけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)		
第7回 守備におけるチャレンジとカバーのトレーニングとゲーム 【 到達目標 】 (1)チャレンジとカバーがゲームの中で実践できるようにする。 【授業時間外学習】 時間をみつけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)				第15回 レクリエーションゲーム 【 到達目標 】 (1)班編成を変え、レクリエーションゲームを行う。 【授業時間外学習】 時間をみつけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)		
第8回 ダイヤモンド型フォーメーションによる攻撃のトレーニングとゲーム 【 到達目標 】 (1)ゲームの中で、ボールを中心にダイヤモンド型フォーメーションを次々に作ることができるようにする。 【授業時間外学習】 時間をみつけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)						
【学習上の留意点】						
実習が中心となるため、服装、身だしなみは体育実技に相応しいものとする。アクセサリ類、またマフラー等を身につけることは許されない。グループ毎に活動するので、自主的・積極的に活動すること。またグループ構成員同士はよく協力すること。前回の技術的課題を落とし込んだウォームアップを行い、技術の定着の一助とする。						
【教科書・参考書など】						
特になし。必要な教材は担当教員が印刷し配布する。						
【成績評価方法】						
以下の割合にて評価し、点数化する。 ①授業への取り組み方・参加度60%、②技術点（実技テスト）10%、③知識点（理論テスト）10%、④準備点（服装・ゼッケン等の準備）20%。						

科目名	スポーツコーチング演習 I (判定競技系・サッカー)			担当者		
英文名	Seminar in Sport Coaching I (Judging Sports・Soccer)					
単位数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME307		卒業認定方針との関連	⑧
【到達目標】 スポーツコーチング演習 I の授業のねらいは、サッカーの楽しさを伝えるためのコーチング方法を学ぶことである。 サッカーの楽しさは、自分で判断し、自分の持っている技術を駆使して積極的にプレーすることから生まれてくる。またそのために必要な体力もゲームを楽しむための大切な要素である。 常に楽しさを追求する態度を持つプレーヤーを育成するためのサッカーの基本を学ぶプログラムの実践が、授業の内容となる。						
【ルーブリック (学修の到達レベル)】						
	学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル		
	サッカーのコーチングの基礎的な理論について	参照資料無しで基礎的な理論の説明・実践ができる	参考書や資料参照のもと基礎的な理論の説明ができる	基礎的な理論の理解が不十分で説明できない		
	サッカーのコーチングの基礎的なスキルについて	参照資料無しでコーチングの基礎的なスキルの説明・実践ができる	参考書や資料参照のもと基礎的なコーチングスキルの説明・実践ができる	基礎的な理論の理解が不十分で説明・実践ができない		
	サッカーにおけるコーチングサイクルの理解と実践について	参照資料無しで基礎的なコーチングサイクルの説明・実践ができる	参考書や資料参照のもと基礎的なコーチングサイクルの説明・実践ができる	基礎的なコーチングサイクルの理解が不十分で説明できない		
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学習】						
第1回 サッカーにおけるコーチングについて 【到達目標】 (1) サッカーのコーチングの基本について理解する。 【授業時間外学習】 時間を見つけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)				第9回 パスのトレーニング 【到達目標】 (1) パスのトレーニングを実践し、理解する。 【授業時間外学習】 時間を見つけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)		
第2回 コミュニケーションのトレーニング 【到達目標】 (1) ボールを用いたコミュニケーションのトレーニングを実践し、理解する。 【授業時間外学習】 時間を見つけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)				第10回 ヘディングのトレーニング 【到達目標】 (1) ヘディングのトレーニングを実践し、理解する。 【授業時間外学習】 時間を見つけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)		
第3回 ボールフィーリングのトレーニング 【到達目標】 (1) 様々なボールフィーリングのトレーニングを実践し、理解する。 【授業時間外学習】 時間を見つけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)				第11回 コーチング法について 【到達目標】 (1) コーチング法の知識を学習し、理解する。 【授業時間外学習】 時間を見つけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)		
第4回 ボールコントロールのトレーニング 【到達目標】 (1) ボールコントロールのトレーニングを実践し、理解する。 【授業時間外学習】 時間を見つけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)				第12回 ボールを奪われないためのトレーニング 【到達目標】 (1) ボールを奪われないためのトレーニングを実践し、理解する。 【授業時間外学習】 時間を見つけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)		
第5回 発育発達と一貫指導について 【到達目標】 (1) 子供の発育と発達についての知識を学習し、理解する。 【授業時間外学習】 時間を見つけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)				第13回 ボールを奪うためのトレーニング 【到達目標】 (1) ボールを奪うためのトレーニングを実践し、理解する。 【授業時間外学習】 時間を見つけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)		
第6回 シュートのトレーニング 【到達目標】 (1) 足でのシュートトレーニングを実践し、理解する。 【授業時間外学習】 時間を見つけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)				第14回 様々なスモールサイドゲーム① 【到達目標】 (1) 3種類のスモールサイドゲームを実践し、獲得させたい技術の違いを理解する。 【授業時間外学習】 時間を見つけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)		
第7回 ドリブル突破のトレーニング 【到達目標】 (1) ドリブル・ランウィズザボールのトレーニングを実践し、理解する。 【授業時間外学習】 時間を見つけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)				第15回 様々なスモールサイドゲーム② 【到達目標】 (1) 3種類のスモールサイドゲームを実践し、獲得させたい技術の違いを理解する。 【授業時間外学習】 時間を見つけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)		
第8回 メディカル知識について 【到達目標】 (1) サッカーにおけるメディカル知識を学習し、理解する。 【授業時間外学習】 時間を見つけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)						
【学習上の留意点】 実習が中心となるため、服装、身だしなみは体育実技に相応しいものとする。 アクセサリー類、またマフラー等を身につけることは許されない。グループ毎に活動するので、自主的・積極的に活動すること。またグループ構成員同士はよく協力すること。 パワーポイントを用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。前回の技術的課題を落とし込んだウォームアップを行い、技術の定着の一助とする。グループ学習により、互いにコーチングを行い、指導内容の確認とする。						
【教科書・参考書など】 特になし。必要な教材は担当教員が印刷し配布する。						
【成績評価方法】 以下の割合にて評価し、点数化する。 ①授業への取り組み方・参加度 60%、②技術点(実技テスト) 10%、③知識点(理論テスト) 10%、④準備点(服装・ゼッケン等の準備) 20%。						

科目名	スポーツコーチング演習Ⅱ			担当者		
英文名	Seminar in Sport Coaching Ⅱ					
単位数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME315		卒業認定方針との関連	⑧
【到達目標】						
<p>スポーツコーチング演習Ⅱの授業のねらいは、サッカーの楽しさを体現するための要素である①プレーを実践するための要素(技術の獲得)、②判断のための要素、③戦う姿勢、体力などサッカーの基本を、小学校高学年程度の年齢のプレーヤーにコーチングするための方法を学ぶことである。</p> <p>サッカーのこの育成プログラムの実践が授業の内容になる。</p>						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
サッカーのコーチングの発展的な理論について		参照資料無しで発展的な理論の説明・実践ができる		参考書や資料参照のもと発展的な理論の説明ができる		発展的な理論の理解が不十分で説明できない
サッカーのコーチングの発展的なスキルについて		参照資料無しでコーチングの発展的なスキルの説明・実践ができる		参考書や資料参照のもと発展的なコーチングスキルの説明・実践ができる		発展的な理論の理解が不十分で説明・実践ができない
サッカーにおけるコーチングサイクルの理解と実践について		参照資料無しで発展的なコーチングサイクルの説明・実践ができる		参考書や資料参照のもと発展的なコーチングサイクルの説明・実践ができる		発展的なコーチングサイクルの理解が不十分で説明できない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学習】						
第1回 ボールフィーリングⅠ 【 到達目標 】 (1) ボールを使ったウォームアップを実践し、説明できる。 (2) ボールジャグリングを実践し、説明できる。 【授業時間外学習】 時間をみつけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)				第9回 ゴールを奪うための突破の方法 【 到達目標 】 (1)①シュートに直結する壁パス。②ダイアゴナルランからのパスを受ける。③ターンからシュートする。以上3種類の技術を理解し、実践できる。 【授業時間外学習】 時間をみつけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)		
第2回 ボールフィーリングⅡ 【 到達目標 】 (1) キックとヘディングのトレーニングを実践し、説明できる。 【授業時間外学習】 時間をみつけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)				第10回 コーチング法Ⅱ 【 到達目標 】 (1) コーチングの方法を3種類学び、それらの長所と短所を理解する。 【授業時間外学習】 時間をみつけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)		
第3回 ゴールを目指すためのパス 【 到達目標 】 (1)シュートに直結するパスのタイミング、方向、強さを理解し、実践できる。 【授業時間外学習】 時間をみつけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)				第11回 ボールを二人で協力して奪う 【 到達目標 】 (1) チャレンジ&カバー、はさみ込みディフェンスを理解し、実践できる。 【授業時間外学習】 時間をみつけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)		
第4回 ゴールを目指すためのボールコントロール 【 到達目標 】 (1)シュートに直結するボールコントロールを理解し、実践できる。 【授業時間外学習】 時間をみつけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)				第12回 ゴールキーパーのトレーニング 【 到達目標 】 (1) 基本的なゴールキーパーのトレーニングを学び、説明できる。 【授業時間外学習】 時間をみつけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)		
第5回 ボールを失わないためのトレーニング 【 到達目標 】 (1) ボールを奪われない体の使い方、ボールの位置を理解し、実践できる。 【授業時間外学習】 時間をみつけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)				第13回 ルール解説 【 到達目標 】 (1) 基本的なサッカーのルールを理解し、説明できる。 【授業時間外学習】 時間をみつけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)		
第6回 技術・戦術理論 【 到達目標 】 (1) 基本的な技術、戦術理論を理解し、説明できる。 【授業時間外学習】 時間をみつけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)				第14回 指導者の役割 【 到達目標 】 (1) 指導者の役割を理解し、説明できる。 【授業時間外学習】 時間をみつけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)		
第7回 コーチング法Ⅰ 【 到達目標 】 (1) ゲーム分析とトレーニングのプランニングができる。 【授業時間外学習】 時間をみつけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)				第15回 審判法 【 到達目標 】 (1) 基本的な審判法を理解し、説明できる。 【授業時間外学習】 時間をみつけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)		
第8回 ゴールを奪うシュート 【 到達目標 】 (1) シュートの質とタイミングを理解し、実践できる。 【授業時間外学習】 時間をみつけてサッカーに関する著作物を読む。(4.0hr)						
【学習上の留意点】						
<p>実習が中心となるため、服装、身だしなみは体育実技に相応しいものとする。</p> <p>アクセサリー類、またマフラー等を身につけることは許されない。グループ毎に活動するので、自主的・積極的に活動すること。またグループ構成員同士はよく協力すること。</p> <p>前回の技術的課題を落とし込んだウォームアップを行い、技術の定着の一助とする。グループ学習により、互いにコーチングを行い、指導内容の確認とする。</p>						
【教科書・参考書など】						
特になし。必要な教材は担当教員が印刷し配布する。						
【成績評価方法】						
<p>以下の割合にて評価し、点数化する。</p> <p>①授業への取り組み方・参加度 60%、②技術点(実技テスト) 10%、③知識点(理論テスト) 10%、④準備点(服装・ゼッケン等の準備) 20%。</p>						

科目名	スポーツコーチング演習Ⅲ			担当者	※参考にバレーボールの内容を添付 サッカーに関する同様の授業を担当		
英文名	Seminar in Sport Coaching III						
単位数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科	
履修年次	3		専門・選択				
授業形態	演習	科目ナンバー	SME316		卒業認定方針との関連	⑧	
【到達目標】							
バレーボールにおけるコーチングについて、中級者レベル以上に必要となってくるゲーム中の主要な戦術、各ポジションの専門的な役割、ボールの動きに関して自由自在に対応できるようにする能力、ゲームの様々な場面での状況判断能力を高めるための指導体系を明らかにし、その理論を理解しながら指導の場で実践する。また、バレーボールに効果的なウォーミングアップ方法や行動体力を含めた実践的なトレーニング方法についても学ぶ。							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
バレーボールの上中級者へのコーチング理論について		コーチング理論を十分理解し自ら説明できる		コーチング理論を確認しながら説明できる		コーチング理論の理解が不十分で説明できない	
バレーボールのチーム戦術のコーチングについて		チーム戦術のコーチングを十分理解し実践できる		チーム戦術のコーチングを理解しているが十分に実践できない		チーム戦術のコーチングの理解が不十分で実践できない	
バレーボールの実践的なトレーニング方法について		実践的なトレーニング方法を十分理解し実践できる		実践的なトレーニング方法を理解しているが十分に実践できない		実践的なトレーニング方法の理解が不十分で実践できない	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学習】							
第1回 トップレベルに対するコーチング理論 【到達目標】 (1) トップレベルに必要な戦術・戦略の発展について理解する。 (2) 様々な場面での状況判断能力を高める方法を理解する。 (3) トップレベルの選手に必要な体力要素について理解する。 【授業時間外学習】 トップレベルで用いられる戦術・戦略について理解しておく。(4.0hr)				第9回 コーチング演習Ⅴ(ゲームの様々な場面での状況判断) 【到達目標】 (1) ゲーム中の状況判断に関する指導を実践できる。 【授業時間外学習】 チームとして味方選手と協調し、それぞれに対応する動きを理解しておく。(4.0hr)			
第2回 各ポジションの専門的な役割 【到達目標】 (1) ポジションの専門的な役割・プレーの分業について理解する。 【授業時間外学習】 事前にバレーボールの各ポジションの役割について理解しておく。(4.0hr)				第10回 コーチング理論Ⅵ(バレーボールに効果的なトレーニング) 【到達目標】 (1) 効果的なトレーニングに関する指導を実践できる。 (2) 各種スキルアップのために必要な体力要素についてのトレーニングを実践できる。 【授業時間外学習】 バレーボールの競技特性から効果的なトレーニング理論について理解しておく。(4.0hr)			
第3回 各レシーブ局面・ゲームの様々な場面での状況判断 【到達目標】 (1) レシーブにおける状況判断について理解・実践できる。 (2) ゲーム中のチームとしての動きを理解・実践できる。 【授業時間外学習】 ゲーム中の様々な状況判断のポイントについて理解しておく。(4.0hr)				第11回 指導上の問題点の研究 【到達目標】 (1) コーチング実践で明らかになった問題点の解決法を理解する。 (2) トップレベルの指導でのポイントを明らかにすることができる。 【授業時間外学習】 トップレベルの指導での適切なコーチングのタイミングと課題を理解しておく。(4.0hr)			
第4回 バレーボールに効果的なウォーミングアップ・トレーニング 【到達目標】 (1) 動きに即し、障害予防を考慮したウォーミングアップ法を理解する。 (2) スピード・パワーを意識したトレーニング法を理解する。 (3) 各種スキルアップのために必要な体力要素についてのトレーニングについて理解する。 【授業時間外学習】 事前にバレーボール特有の動きや体の使い方等について理解しておく。(4.0hr)				第12回 ゲーム中のコーチング(タイムアウト・メンバーチェンジ) 【到達目標】 (1) ゲーム中のベンチワーク(タイムアウト・メンバーチェンジ)について理解する。 【授業時間外学習】 ベンチワークの適切なタイミングと目的について理解しておく。(4.0hr)			
第5回 コーチング実践Ⅰ(バレーボールに効果的なウォーミングアップ) 【到達目標】 (1) 効果的なウォーミングアップ法に関する指導を実践できる。 【授業時間外学習】 ウォーミングアップの理論とその目的について理解しておく。(4.0hr)				第13回 勝利のためのコーチング理論Ⅰ(連続ポイント) 【到達目標】 (1) 連続ポイントに必要な技術・戦術を理解する。 (2) データを取りながらそれらを検証することができる。 【授業時間外学習】 勝利を獲得するために必要な連続ポイントについて理解しておく。(4.0hr)			
第6回 コーチング実践Ⅱ(サイドアタッカー・リベロに対するコーチング) 【到達目標】 (1) サイドアタッカーの役割を考慮した指導を実践できる。 (2) レシーブの中心となるリベロの役割を考慮した指導を実践できる。 (3) サイドアタッカー・リベロに必要な体力要素に対するトレーニングを実践できる。 【授業時間外学習】 事前にサイドアタッカー・リベロのポジション特性について理解しておく。(4.0hr)				第14回 勝利のためのコーチング理論Ⅱ(攻撃組み立て) 【到達目標】 (1) 勝利に必要な攻撃組み立て能力と攻撃決定能力について理解する。 (2) データを取りながらそれらを検証することができる。 【授業時間外学習】 勝利を獲得するために必要な攻撃組み立てについて理解しておく。(4.0hr)			
第7回 コーチング実践Ⅲ(センタープレイヤー・セッターに対するコーチング) 【到達目標】 (1) 速攻・ブロックの中心となるセンタープレイヤーの指導を実践できる。 (2) チームのつなぎの中心となるセッターの指導を実践できる。 (3) センタープレイヤー・セッターに必要な体力要素に対するトレーニングを実践できる。 【授業時間外学習】 事前にセンタープレイヤー・セッターのポジション特性について理解しておく。(4.0hr)				第15回 勝利のためのコーチング理論Ⅲ(相手への対応) 【到達目標】 (1) 相手を考慮した戦略の組み立てができる。 (2) 相手の戦術・戦略を分析し、それに対応することができる。 【授業時間外学習】 勝利を獲得するために必要な相手への対応について理解しておく。(4.0hr)			
第8回 コーチング実践Ⅳ(各レシーブ局面での状況判断) 【到達目標】 (1) 各レシーブ局面の状況判断を意識した指導を実践できる。 【授業時間外学習】 フォーメーションや相手攻撃に応じた状況判断を理解しておく。(4.0hr)							
【学習上の留意点】							
バレーボールのトップレベルを対象にしたコーチングが授業の焦点であるので、そのための基礎知識と基礎技能が求められる。受講に際しては、不安な知識や技術についてはしっかりと復習して身につけておくこと。また、基本的にグループ単位で演習形式でディスカッションしながら活動するので、自分勝手な行動はせず、グループの活動が効率良くできるように努めること。毎回の授業の最後に振り返りをおこない、授業内容について理解を深める。							
【教科書・参考書など】							
教科書は特になし。							
【成績評価方法】							
コーチング理論の理解を20%、指導計画の作成を30%、コーチング実践を50%として評価する。							

科目名	サッカー		担当者			
英文名	Soccer					
単位数	1	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3					専門基礎・選択
授業形態	実技	科目ナンバー	CBE116	卒業認定方針との関連	⑦	
【到達目標】						
サッカーの基本的な技術を習得することが本授業の目的である。そのために、ボールに触れる機会がサッカーより断然多いフットサルのゲームをサッカーの練習と並行して行っていく。①フットサルの基本技術をドリルし、スキルとして習得できるよう努力する。②チーム構成員同士が勝利を目指し、協力し合う態度を学ぶ。③ゲームを楽しむためには相手チームの選手やレフェリーを尊重しなければならないという現実を認識し、フェアな態度や他者への思いやり等を学ぶ。 以上のことを目的として本授業を展開する。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容	理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
サッカーにおける基礎的な技能について	試合での技能発揮に優れ、実技テストの得点が90%以上である		基礎的な技能が試合で発揮でき、実技テストの得点が60～89%である		試合での技能・実技テストの得点が60%に満たない	
サッカーにおける基礎的な理論について	参照資料がなくとも理論の説明・実践ができる		参考書や資料参照のもと理論の説明ができる		基礎的な理論の理解が不十分で説明できない	
サッカーにおける基礎的な戦術・戦略について	参照資料無しで基礎的な戦術・戦略の説明・実践ができる		参考書や資料参照のもと基礎的な戦術・戦略の説明ができる		基礎的な戦術・戦略の理解が不十分で説明できない	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学習】						
第1回 ボールコントロールとキックのトレーニングとゲーム			第9回 3人目のプレーヤーを使う攻撃のトレーニングとゲーム			
【到達目標】 (1)技術のコツを理解し、実践できるようにする。			【到達目標】 (1)3人目のプレーヤーを使うタイミング、使われるタイミングを理解し、実践できるようにする。			
【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)			【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)			
第2回 ボールコントロールとヘディングのトレーニングとゲーム			第10回 ボールを奪うトレーニングとゲーム			
【到達目標】 (1)技術のコツを理解し、実践できるようにする。			【到達目標】 (1)タックルのタイミングと方法を理解し、実践できるようにする。			
【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)			【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)			
第3回 ボールコントロールとドリブルのトレーニングとゲーム			第11回 守備におけるチャレンジとカバーのトレーニングとゲーム			
【到達目標】 (1)技術のコツを理解し、実践できるようにする。			【到達目標】 (1)チャレンジとカバーについて理解し、実践できるようにする。			
【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)			【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)			
第4回 コミュニケーションのトレーニングとゲーム			第12回 クロスボールからの攻撃パターンとのトレーニングとゲーム			
【到達目標】 (1)コミュニケーションのタイミングを理解し、実践できるようにする。			【到達目標】 (1)クロスボールからシュートまでのパターンを3種類実践し、シュートまでつながるようにする。			
【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)			【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)			
第5回 視野の確保のトレーニングとゲーム			第13回 チーム毎でのウォームアップとゲーム①			
【到達目標】 (1)良いボディシェイプを確保するステップワークを学び、実践できるようにする。			【到達目標】 (1)ウォームアップをチーム毎できちんとい、その後ゲームを行えるようにする。			
【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)			【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)			
第6回 攻撃のサポートのトレーニングとゲーム			第14回 チーム毎でのウォームアップとゲーム②			
【到達目標】 (1)サポートの角度とタイミング、そして距離を理解し、実践できるようにする。			【到達目標】 (1)ウォームアップをチーム毎できちんとい、その後ゲームを行えるようにする。			
【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)			【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)			
第7回 3対1のボールポゼッションゲームのトレーニングとゲーム			第15回 レクリエーションゲーム			
【到達目標】 (1)サポートの動きと良い視野を保つことを理解し、実践できるようにする。			【到達目標】 (1)班編成を変え、レクリエーションゲームを行う。			
【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)			【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)			
第8回 4対2のボールポゼッションゲームのトレーニングとゲーム						
【到達目標】 (1)クサビのパスのタイミングを理解し、実践できるようにする。						
【授業時間外学習】 時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)						
【学習上の留意点】						
実習が中心となるため、服装、身だしなみは体育実技に相応しいものとする。アクセサリー類、またマフラー等を身につけることは許されない。グループ毎に活動するので、自主的・積極的に活動すること。またグループ構成員同士はよく協力すること。前回の技術的課題を落とし込んだウォームアップを行い、技術の定着の一助とする。						
【教科書・参考書など】						
特になし。必要な教材は担当教員が印刷し配布する。						
【成績評価方法】						
以下の割合にて評価し、点数化する。 ①授業への取り組み方・参加度 60%、②技術点（実技テスト） 10%、③知識点（理論テスト） 10%、④準備点（服装・ゼッケン等の準備） 20%。						